

## Auszüge aus dem Buch

### "Seth - Dreams and Projection of Consciousness"

(übersetzt von Jonathan Dilas, [www.matrixseite.de](http://www.matrixseite.de), 1992)

Ich habe seit vielen Jahren ein Buch von Jane in der limitierten Ausgabe mit dem Titel "Seth, Dreams and Projection of Consciousness" von Jane Roberts und es ist überwiegend im Stil von "Das Seth Material" geschrieben. Darin befinden sich sehr viele Informationen über die psychische Zeit (PSI-Zeit) und die Bewusstseinsprojektion. Seth erwähnt darin, dass eine solche Projektion ebenfalls leicht angewendet werden kann, wenn der Körper bestimmte, temporäre, chemische Verbindungen aufweist, bzw. sich in einem bestimmten Modus befindet, der durch verschiedene Verhaltens- und/oder Ernährungsweisen erzielt werden kann. Ein solcher Zustand mit den entsprechenden chemischen Verbindungen innerhalb des Körpers erzeugen AUTOMATISCH eine Bewusstseinsprojektion! Darum möchte ich den deutschen Seth-Lesern nun ganz exklusiv die dazu wichtigsten Informationen in deutscher Sprache präsentieren - auch wenn dies bestimmt noch ein Thema in den Bänden der "Frühen Sitzungen" sein wird. Bitte verzeiht mir dabei einige kleine Unstimmigkeiten, wenn sie denn auffallen, weil die Übersetzung von Anfang '90 ist.

"Ihr atmet, aber wer schon bewusst? Ihr könnt Euch nicht sagen, dass Ihr atmen oder mal nicht atmen sollt. Ihr träumt, aber wer träumt? Ich kann mir selbst nicht sagen zu träumen oder nicht zu träumen. Da trennt er sich in zwei Hälften und wundert sich, warum er nicht ganz ist! Der Mensch hat nur die Dingen vertraut, die er auch sehen, schmecken, anfassen oder hören konnte, und indem er das tat, konnte er sich nur in zwei Hälften trennen. Und wenn ich sage in zwei Hälften, betone ich, dass es auch noch eine dritte seiner selbst gibt."

„Wenn der Mensch nicht weiß, wer da in ihm atmet, und wenn der Mensch nicht weiß, wer da in ihm träumt, dann verhält es sich auch nicht so, dass da ein Selbst ist, das in der physischen Realität lebt und ein anderes, das träumt und atmet. Falls diese Funktionen automatisiert erscheinen, dann liegt es daran, weil er sich selbst in zwei Hälften geteilt hat und er dafür verantwortlich ist, dass er dieses Selbst begraben hat! Der Teil seiner Selbst der atmet, ist genauso das Ich, das auch jetzt in einer anderen Ebene operiert. Der Teil in einem, der atmet, ist auch der, der träumt. Dieser Teil ist ebenso legitim und notwendig für Euch, wie es die Ganzheit an sich ist, und auch der Teil, der Bridge oder Scrabble spielt. Es würde doch gewiss unklug sein zu behaupten, dass solch eine vitale Essenz wie das Atmen als subordinäre, völlig abgespaltenes, relativ arme Sorte einer weniger wichtigen Persönlichkeit abgehandelt werden würde.“

Da das Atmen auf einer Ebene funktioniert, die für den bewussten Verstand automatisch erscheint, so werden auch die wichtigen Funktionen der Vitalität des Universums in Muster transformiert, die als automatisch abgehandelt werden. Doch diese Transformation ist für den Teil Eurer Selbst nicht so offensichtlich, das Ihr Euch bequem wahrzunehmen, und so scheint es auch, dass etwas anderes, jemand, der viel weiter von euch entfernt ist als Euer Atem, wie das träumende Selbst, es dann für Euch übernimmt."

"Jedes materielle Partikel ist eine Gedankenkonstruktion (*idea construction*), die von individualisierten Energieanteilen geformt wird, die diese zusammenstellen. Jedes Wesen nimmt ausschließlich nur ihre eigenen Konstruktionen auf einer physischen Ebene wahr. Weil

alle Konstruktionen mehr oder weniger vertrauensvolle Reproduktionen der gleichen Grundkonstruktionen der Materie sind, da alle Individuen, allgemein gesprochen, auf dem gleichen Level innerhalb dieser Ebene sind, stimmen sie genügend in Platz, Zeit und im Grad überein, damit die Erscheinungswelt Kohärenz und relative Voraussagbarkeit besitzt." (47)

"Eure Träume sind Fragmente, so wie ihr auch Fragmente eurer Wesenheit seid. Neben ihrer Vielfalt liegt eine unerkannte Ganzheit und Organisation inmitten all eurer Träume. Und eure Träume, obwohl sie ein Teil von euch sind, existieren ebenfalls für sich getrennt.

Die Traumwelt besitzt ihre eigene Realität, ihre eigene Zeit und ihre eigene Organisation. Da die Wesenheit nur noch teilweise mit seinen Persönlichkeiten beschäftigt ist, nachdem sie sie in Bewegung gesetzt hatte, so seid auch ihr unbetroffen von einer Traumwelt, nachdem ihr sie in Bewegung gesetzt habt. Doch die Wesenheit existiert."  
... (174)

"Das Ego schöpft die oberste Schicht der Wirklichkeit und des Bewusstseins ab. Dieses ist nicht das Resultat irgendeiner zugehörigen egoistischen Qualität. Es ist wahr, dass die Verantwortung des Egos in der Beziehung zwischen dem Selbst und dem physischen Umfeld liegt. Es muss sich notwendigerweise innerhalb der Grenzen der physischen Realität fokussieren. Trotzdem ist es voll dazu in der Lage, weit mehr wahrzunehmen als der westliche Mensch es erlaubt. Angst, Ignoranz und Aberglaube begrenzen sein Potential und begrenzen sogar seine Effektivität innerhalb des physischen Universums. Das Ego selbst kann nicht direkt bestimmte Intuitionen and psychische Erfahrungen erfahren, aber es kann es insoweit, dass es seiner selbst auf einer intellektuellen Ebene bewusst wird. Sobald das Training das Ego zu steif werden lässt und seine Wahrnehmungen anderer Realitäten gegenüber begrenzt, werden Intuitionen vor dem Ego nicht länger akzeptiert, weil intuitive Erfahrungen nicht mehr in den Realitätsrahmen passen, das es diese als voll gültig akzeptiert. Darum wird das Ego in diesem Fall gegen das kämpfen, was es als unbekannte Bedrohung des Überlebens betrachtet. Kämpfe werden hierbei initiiert, die völlig unnötig sind." (208)

"Ihr erinnert euch, dass ich kürzlich die drei Formen auflistete, die während den Projektionen verwendet werden. In der ersten Form (2. Körper) benutzt ihr für gewöhnlich die inneren Sinne. In der zweiten Form nutzt ihr viel mehr und in der dritten benutzt ihr alles, doch das ist sehr selten zu erreichen. Ihr schottet euch automatisch von Stimuli ab, die eine zu hohe Rate gemäß eurer Entwicklung besitzen. Dieser Art Ausgleich kann zu einer unausgeglichenen Erfahrung führen und das in jeder gegebenen Projektion. Wie ihr wisst, ist es unmöglich euch der totalen Wahrnehmung bewusst zu sein, die möglich ist, denn das Ego würde das nicht aushalten. Häufig, sogar in einfachen Träumen fühlt ihr Planungen oder versteht einen bestimmten Informationsteil, ohne dass ein Wort gesprochen wurde. In einigen Projektionen erfahrt ihr sogar einen Plan (Konzept), und zuerst versteht ihr nicht, was da geschieht. In diesen Momenten erfahrt ihr die innerste Realität eines jeden gegebenen Prinzips.

„Ruburt (im Traum) war in der dritten Form und er projizierte sich jenseits des Solarsystems. Dies war noch immer einen Projektion im physischen System. Er hat sich Informationen gegeben, an die er sich nicht erinnern kann. Wenn ihr die innere Seite eines Plans erforscht, agiert ihr es aus. Ihr formt eine temporäre aber sehr gültige Bildproduktion. Falls Ruburts Erfahrung nur das gewesen wäre, würde es sehr gut passen, doch wenn ihr einen Plan in dieser Art versteht, wird dieses Wissen niemals vergessen werden. Es wird Teil eures physischen Zellen und eurer elektromagnetischen Struktur.“

„Ich will es euch klarer machen. Nehmt einmal an ihr versteht plötzlich das Konzept der Einheit mit dem Universum und dass dabei dieses innere Wahrnehmen von Konzepten angewendet wird. Ihr würdet dann Traumbilder konstruieren, eine multidimensionale Vielfalt an Formen und Gestalten, die die komplizierten Lebensformen repräsentieren sollen. Ihr würdet dann die Erfahrung haben, in jedes Leben eintreten zu können. Ihr würdet nicht länger denken, wie es wohl als Vogel sein würde. Dann würdet ihr für einen Moment einer (eins) sein. Das involviert eine bestimmte Art der Projektion, doch zum Kontrast muss es als Pseudo-Projektion bezeichnet werden. Eine normale Projektion würde eine der drei Formen des Körpers beinhalten.“

"Einige Erfahrungen sind nur Versuche die inneren Sinne vollständiger zu nutzen. Sie mögen als Projektionen erscheinen und wenn wir hier weitermachen, werde ich euch sagen, wie ihr sie voneinander (die Formen) unterscheiden könnt:

Ihr seid in der Lage zu eurem Körper (*im Bett*) zurückblicken und euren physischen Körper zu sehen, doch in einigen Fällen könnt ihr ihn nicht sehen. In der ersten Form (*2. Körper*) z.B. schaut ihr zurück und seht euren physischen Körper. Wenn ihr euch von da aus in den nächsten projiziert, nachdem ihr die Erfahrung intensiviert habt, seht ihr den physischen Körper nicht mehr. Ihr mögt euch diesem hier bewusst sein und ihr mögt eine gewisse Dualität empfinden. In der dritten Form seid ihr euch nicht länger des physischen Körpers bewusst noch werdet ihr sie sehen.

In der dritten Form sind eure Erfahrungen höchst lebendig. Sie mögen euch in andere Systeme miteinbeziehen, neben eurem jetzigen, und ihr werdet wenig Kontakt mit dem physischen Umfeld haben. Aus diesem Grund sind Projektionen in der dritten Form sehr schwierig zu erreichen. Da gibt es Gefahren, die nicht existieren, wenn man nur die anderen zwei Formen benutzt.

Durch den Gebrauch der dritten Form könnte es vorkommen, dass ihr eine Tendenz zeigt, eure physische Umgebung nicht wahrzunehmen. Es wäre schwierig die Erinnerungen der gegenwärtigen Ego-Persönlichkeit mit euch zu nehmen. Diese dritte Form ist das Vehikel des inneren Selbstes.“

„Der physische Körper wird im Moment des Todes verlassen. Diese Desorientierung ist nur temporär und wenn die Form vom physischen Körper abgespalten wird, dann werden alle Erinnerungen und die Identität, innerhalb der elektromagnetischen Struktur, Teil des inneren Selbst!“

"Die meisten eurer Projektionen werden in jedem Fall in der ersten und zweiten Form stattfinden. Gewöhnlich werdet ihr euch vom physischen Körper in die erste Form projizieren und dann, vielleicht, in die zweite. Gelegentlich geschieht dies und ihr wisst es nicht, trotz all eurer Versuche eure Umstände zu ermitteln." (328)

"Gewisse chemische Veränderungen im physischen Organismus müssen gegeben sein, bevor Projektionen auftauchen. Gäbe es sie nicht, wärt ihr noch immer in eurer körperlichen Hülle gefangen. Ihr wisst dass Träume eine bestimmte chemische Basis besitzen, dass Chemikalien während der Perioden des Wachzustandes aufgebaut und in Träumen abgebaut werden. Nicht nur diese werden aufgelöst, sondern sie formen eine aufsteigende Handlung, die der Energie erlaubt sich in die entgegengesetzte Richtung zu bewegen...

Perioden intensiver Aktivitäten können diese chemischen Vorgang verstärken (*und eine*

*Projektion einleiten*). Doch auch Phasen der Ruhe und Stille. Da muss schon ein disziplinierter Fokus her, um diesen chemischen Antrieb zu nutzen. Perioden der erhöhten sexuellen Aktivität, einer tiefen und starken Natur, kann helfen. Perioden nichtsexueller Art helfen natürlich auch."

"Eier und Spargel sind sehr hilfreich, sofern es sich um eine Diät handelt. Ich schlage hier keine Diät vor mit ausschließlich Eiern und Spargel. Dieses plus fettigen (*oil fish*) Fish sind unterstützend, aber nicht in Verbindung mit scharfem Essen (*acid food*). Ich empfehle noch immer eine genauere Prüfung der Träume in den frühen Morgenstunden zwischen 3-5 Uhr. Die Körpertemperatur fällt in dieser Zeit. Fünf Uhr morgens ist auch sehr vorteilhaft. Das Trinken von purem Wasser unterstützt ebenfalls Projektionen, obwohl aus ersichtlichen Gründen sollte die Blase geleert sein. Die Nordsüd-Position (*des Bettes*) ist extrem wichtig und ist auch eine Notwendigkeit für eine effizientere Erinnerung an die Träume. Energie wird weit einfacher angewendet in dieser Position und unterdrückt unnötige Restriktionen auf ein Minimum."

"Es gibt einen gewaltigen Unterschied zwischen gewöhnlichen Träumen und Projektionen, ganz gleich, ob sie nun von der Traumebene aus auftauchen oder nicht. Träume sind konstruiert und auf ihren Weg geschickt. Wie ihr wißt, besitzen sie eine gewisse Unabhängigkeit in ihrer eigenen Dimension. Projektionen beinhalten viel mehr Aspekte des ganzen Selbst und sind ein Zeichen, dass die Persönlichkeit sich in wichtigen Bereichen fortentwickelt. Die inneren Sinne erfahren ihre größte Freiheit in projizierten Stadien und das Selbst erhält Erfahrungen, die es anders nicht bekommen kann. Wenn dieses Wissen Teil des normalen Wachbewusstseins wird, hat man einen gigantischen Schritt nach vorn gemacht..."

"Weitere Tipps: eine kühle Körpertemperatur, aber mit einer Raumtemperatur von 73,8 und 75,9 Fahrenheit (*24-26 Grad*), wären angemessen. Die Farbe des Raumes ist wichtig. Kühle Farben sind am besten. Zu warme Farben wirken entgegen, sind zu stark mit irdischen Bedingungen assoziiert. In eurem Klimabereich eignen sich Oktober, Februar und März am besten (*zum Projizieren*). August kann auch vorteilhaft sein in Übereinstimmung mit dem Wetter. Zu warmes Wetter ist entgegenwirkend..."

Bevor ihr euch also projizieren wollt, empfehle ich, dass ihr vorher eine kleine Menge Süßigkeit (*starchy or sugar food*) zu euch nehmt. Ein kleiner Snack vor dem Zubettgehen ist eine gute Idee von diesem Standpunkt aus gesehen. Alkohol ist von geringem Vorteil. Exzellente Ergebnisse können während eines kleinen Nachmittagsschläfchens erzielt werden. (345)

"Eine Ebene ist nicht unbedingt ein Planet. Eine Ebene kann ein Planet sein, aber eine Ebene kann auch dort existieren, wo kein Planet ist. Ein Planet kann mehrere Ebenen besitzen. Ebenen können auch mehrere Erscheinungsweisen der Zeit besitzen. Ebenen können auch miteinander verschachtelt sein, ohne das Wissen der Bewohner. Eine Ebene kann eine Zeit sein... oder auch ein Fieselchen Kreativität, das für sich selbst existiert. Eine Ebene kann seine Existenz aufgeben. Eine Ebene ist für Wesenheiten geschaffen, sozusagen als Muster zur Werterfüllung, und das in unzählbaren Arten & Weisen. Es ist ein förderliches Klima zur Entwicklung der Einheit, bestimmter Fähigkeiten, Eigenschaften und Vollendungen..."

„Es ist oft praktisch, dass Wesenheiten oder ihre verschiedenen Persönlichkeiten eine Ebene nach der anderen besuchen. Das bedeutet aber nicht, dass eine Ebene nach der anderen besucht werden muss. Man könnte sagen das alle Ebenen gleichzeitig besucht werden und es ist möglich, für euch, einen bestimmten Zustand oder Stadium zu besuchen. Vielleicht

möchtet Ihr den Trauerzustand aufsuchen und den der Freude, damit Ihr beide konträren Emotionen in einem höchstmögliche Grad erfahren könnt. Also, die Analogie, mit der Ebene und dem Gefühlszustand, ist weitaus gültiger als die Analogie zwischen einer Ebene und einem geographischen Punkt, zumal emotionale Zustände keinen Raum einnehmen.“

"Euer eigenes Unterbewusstsein ist die Quelle eurer Individualität und Persönlichkeit, aus ihr entspringen Eure Talente. Wenn das Ego zu sehr von den täglichen Ereignissen betroffen ist, mit Sorgen z.B., dann verliert es an Effektivität. Das frei arbeitende Unterbewusstsein, oder das innere Ich, ist vollkommen fähig, mit allen praktischen Situationen sicher umzugehen und gebraucht das Ego als ein Werkzeug, um dementsprechend vorzugehen. Dissoziation bringt die Kraft wieder dahin, wohin sie gehört. Tägliche Übungen im Dissoziieren sind also extrem praktisch. Innerhalb von Wochen werdet Ihr dann eine starke Energiezunahme entwickeln und spüren. Sogenannte Impulse blockt Ihr ab, weil Ihr nicht glauben wollt, dass sie Euch helfen könnten. Aber das Unterbewusstsein kennt sein Fleisch und seine Soße und seine besten Vorlieben z.B. in der Ernährung. Dissoziation erbringt eine starke Einheit mit den kreativen Aspekten der Persönlichkeit. Sie bringt Euch zurück, sie bringt Eure kreativen Elemente zurück in den Fahrersitz.“

„Es sind die inneren Sinne, die Euch Aussagen über die wahre Basis der Natur vermitteln können. Beobachtet die sichtbare Welt und vergleicht sie mit der inneren. Ihr meint z.B. den Wind zu kennen, obwohl Ihr ihn noch nie gesehen habt. Achtet darauf, wann Ihr ganz klar wahrnehmt und wann nicht. Achtet auch auf augenscheinliche Löcher in Eurer Wahrnehmung. Die Energie, die dabei abfällt, also beim Dissoziieren, kann zum Aufbau neuer Tarnungsmuster dienlich sein.“

„Das sogenannte Unterbewusstsein ist eine Verbindung zwischen dem Gehirn und dem Verstand, und zwischen den inneren und äußeren Sinnen. Teile davon gehen mit Tarnungsmustern um, mit der persönlichen Vergangenheit der gegenwärtigen Persönlichkeit, mit Rassenerinnerungen. Die größeren Teile sind mit der inneren Welt verbunden und als Info steigt es aus der inneren Welt auf. So reichen diese unterbewussten Teile an sich weit hinaus in die innere Welt.“

„Psychische Zeit gehört zum inneren Selbst. Das ist, für den Verstand, eine Verbindung, ein Teil der inneren Sinne, welches wir zum besseren Verständnis, den zweiten inneren Sinn nennen werden. Er ist ein natürlicher Pfad, dazu da, um leichten Umgang zur äußeren Welt, und umgekehrt, zu erhalten. Der 1. Sinn ist also etwas wie eine vibrationale Berührung (*innere Berührtheit*). Der 3. Sinn sind Eure eigenen, inneren Vorstellungen und dieser ist mit der psychischen Zeit eng verknüpft, bzw. dieser korrespondiert mit den inneren Vorstellungen, und Ihr müsst versuchen, mit Hilfe der psychischen Zeit die inneren Vorstellungen zu übersetzen. Jede Kommunikation, die über die inneren Sinne abläuft, wird mit Hilfe der psychischen Zeit greifbar. Der Mensch baute Mauern auf, um das Ego vor dem inneren Selbst zu schützen und hat so das ganze Selbst in zwei Hälften geteilt. Psychische Zeit gewährleistet dem Menschen, mit Leichtigkeit in der inneren und äußeren Welt leben zu können.“

„Eure Träume sind Fragmente, genau so, wie Ihr Fragmente Eures inneren Selbstes, oder Eurer Wesenheit seid. Eine nicht-erkannte Einheit und Organisation liegt in all Euren Träumen. Und Eure Träume, weil sie ein Teil von Euch sind, existieren aufgeteilt. Die Traumwelt hat Ihre eigene Realität, ihre eigene Zeit und Organisation. Bis zu einem bestimmten Grad sind sie angefüllt mit bewussten Halb-Persönlichkeiten. Sie sind nicht so entwickelt wie Ihr, so wie Ihr nicht so weit entwickelt seid, wie Eure Wesenheit es ist. Diese

Traumwelt besitzt eine eigene Kontinuität. Es ist sich keiner Unterbrechung bewusst, wenn Ihr z.B. erwacht. Sie weiß nicht, ob Ihr schlaft oder wacht.“

„Wenn Ihr psychische Zeit so nutzt, wie ich es Euch gesagt habe, bekommt Ihr schnell Erfahrungen aus 1. Hand mit vielen Facetten der Realität. Alle Wesenheiten sind selbstbewusste Teile von All-das-was-ist. Die inneren Sinne arbeiten auf jeder Ebene und unter allen Umständen.“

„Achtet auf die Reihenfolge der Träume. Gebt Euch Suggestionen, z.B. nach jedem 1., 2. oder 3. Traum aufzuwachen.“

„Das Traumselbst hat seine eigenen Erinnerungen. Es hat die Erinnerungen an alle Traumerfahrungen, obwohl Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft für ihn nicht existieren. Es steht auch zum Teil mit dem Gesamtselbst in Kontakt, das z.B. durch Hypnose kontaktiert werden kann.“

„Wenn Ihr ein Konzept auf eine bestimmte Art und Weise versteht, ist das Wissen darum für immer erinnerbar. Es wird dann ein Teil Eurer psychischen Zellen und Eurer elektromagnetischen Struktur.“

"In der ersten Körperform könnt Ihr zurückschauen und Euren normalen Körper sehen. Projiziert Ihr Euch in den nächsten, dann seht Ihr ihn nicht mehr. Ihr seid Euch dessen vielleicht etwas bewusst und empfindet eine leichte Dualität während der Erfahrung, aber in der dritten Form ist Euch Euer normaler Körper in keiner Weise mehr bewusst. Die dritte Form ist das Vehikel des inneren Selbstes.

Um Kontrolle zu erhalten, müsst Ihr jedes System voneinander unterscheiden können. Taucht etwas Unangenehmes auf, dann wünscht Euch, dass es verschwindet und es wird verschwinden. Ist dem nicht so, dann müsst Ihr damit umgehen.

Am besten ist es, wenn Ihr Euch in einem entspannten, angenehmen Zustand befindet. Bittet Euer inneres Selbst, aufzusteigen und Ihr werdet es in Form von Wellen spüren. Denkt in keiner Weise mehr an Euren Körper und Ihr werdet Euch plötzlich außerhalb diesen befinden. Wenn diese Wellen auftauchen, vergesst Euren Körper. Vergesst, wer Ihr seid, ansonsten schlaft Ihr ein!

Es ist nicht schwer, Euren Körper zu verlassen, wenn Ihr es nur wirklich wollt. Oft ersinnt Ihr Euch komplizierte Techniken, um den Körper zu verlassen, dabei habt Ihr unterbewusst noch Angst, derartige Erfahrungen zu machen. Es sind Eure Glaubenssätze, bewusst oder nicht bewusst, die Erfolge vereiteln können.“

Um ca. 3-5 Uhr morgens sinkt Eure Körpertemperatur und zu dieser Zeit fällt eine Projektion leichter. Auch das Trinken von purem Wasser kann helfen. Die Blase sollte vorher geleert werden. Die Nordsüd-Position ist extrem wichtig, gerade für das Erinnern an Träume.“

„Die inneren Sinne haben bei einer Projektion ihre größte Freiheit - und wenn dieses Wissen ein Teil des normalen Bewusstseinszustandes wird, habt Ihr einen gigantischen Schritt vorwärts gemacht.

„Die inneren Sinne stören sich nicht an Glaubenssätze, wenn sie benutzt werden. Darum ist es auch so, dass man bei außersinnlichen Erfahrungen meint, sie würden den psychischen

Gesetzen stark widersprechen. Ihr müsst die Gesetze lernen, die für andere Systeme gültig sind.“

„Der praktische Umgang mit der psychischen Zeit erlaubt Euch, viele Portionen Eures ganzen Selbst zu erreichen, wie z.B. vergangene Selbste. Das normale Ego ist während dieser Zeit nicht durcheinander, sondern es tritt nur einen Schritt zur Seite. Die Erfahrung wird dann ein Teil der psychischen Struktur. Das Ego wird nicht mit Erfahrungen bombardiert, wie es vielleicht im Fall von Drogen auftauchen kann, die die Angst vor der inneren Welt verstärken können. Überleben ist in Eurem System von einem hochspezialisierten Fokus abhängig. Das Ego sollte nicht so steif gehalten werden. Das Ego existiert erst aufgrund Eurer Grundannahmen und Glaubenssätze. Träume helfen Euch z.B. neue und weiterentwickelte Glaubenssätze aufzubauen.“

„Manchmal, während einer Projektion, habt Ihr das Gefühl, nur zu fliegen, Ihr empfindet nur die Mobilität des Bewusstseins. Falls das auftaucht, befindet Ihr Euch in einem System, das kein Tarnungsmuster besitzt. Ihr solltet Euch dann sagen, dass Ihr in das nächste System wollt, gerade dann, wenn es Euch darum geht, zum Herzen eines bestimmten Systems vordringen zu wollen. Ihr befindet Euch dann, wenn Ihr nichts seht, meistens außerhalb des Systems.“

### **Seth's Physikalisches Universum als Gedankenkonstruktion**

**Energie:** ist die Basis des Universums.

**Gedanken:** sind mentale Transformationen von Energie, einer Wesenheit, in die physische Realität.

**Gedankenkonstruktionen:** sind Transformationen von Ideen, in die physische Realität.

**Raum:** ist, indem es unsere eigenen Gedankenkonstruktionen sind, innerhalb des physischen Universums nicht existent.

**Physischer Körper:** ist die materielle Konstruktion, basierend auf der Idee der jeweiligen Wesenheit der Eigenheiten der Materie unterworfen.

**Das Individuum:** ist der Teil der Wesenheit, oder des ganzen Selbstes, dessen wir uns im täglichen Leben bewusst sind. Es ist der Teil des ganzen Selbstes, mit welchem wir in der Lage sind, uns auszudrücken, oder das wir mittels unserer Gedankenkonstruktionen auf der physischen Ebene verwirklichen können.

**Unterbewusstsein:** ist die Schwelle eines auftauchenden Gedankens im bewussten Geist des Individuums. Diese Schwelle innerhalb des Bewusstseins verbindet die Wesenheit und das Individuum.

**Persönlichkeit:** sind die gesamten Reaktionen des Individuums auf angenommene und konstruierte Gedanken.

**Emotionen:** sind die verstärkenden Kräfte, die die Ideen zu Konstruktionen vorwärtstreiben.

**Instinkt:** ist die minimale Fähigkeit Ideen zu konstruieren, die für das physische Überleben notwendig sind.

**Lernen:** ist das Potential zum Konstruieren neuer Gedanken und das Zusammensetzen bereits existierender Gedanken.

**Gedankenkomplexe:** sind Gruppierungen von Ideen, zusammengestellt wie Häuserblöcke, um noch kompliziertere Konstruktionen in der physischen Realität zu erstellen.

**Kommunikation:** ist der Austausch von Gedanken zwischen Wesenheiten auf einer energetischen, nicht-physischen Ebene.

**Aktion:** ist die Idee in der Bewegung. Die Sinne sind Projektionskanäle, in welchen die Gedanken nach Außen projiziert werden, um die Erscheinungswelt zu kreieren.

**Umwelt:** sind die Gedankenkonstruktionen, mit denen sich ein Individuum umgibt.

**Physische Zeit:** ist die augenscheinliche Abweichung zwischen dem Aufsteigen einer Idee innerhalb des physischen Universums (als eine Konstruktion) und durch den Ersatz einer anderen.

**Vergangenheit:** ist die Erinnerung an Gedanken, die einmal physische Konstruktionen waren.

**Gegenwart:** ist der Erscheinungspunkt jedes aufsteigenden Gedankens innerhalb der physischen Realität.

**Zukunft:** ist die augenscheinliche Abweichung zwischen dem Verschwinden einer Gedankenkonstruktion und dem Ersatz einer anderen innerhalb der physischen Realität.

**Psychologische Zeit:** ist die augenscheinliche Abweichung zwischen dem Begreifen eines Gedankens.

**Altern:** ist der Effekt, der den Eigenheiten der Materie bei der Konstruktion einer Idee auferlegt ist, auf welcher die Konstruktion zusammengesetzt ist.

**Wachstum:** ist die Bildung einer Gedankenkonstruktion zu seiner höchstmöglichen Materialisierung, die den Eigenheiten der Materie angepasst sind.

**Schlaf:** ist des Wesenheits relativer Rest der Gedankenkonstruktion, abgesehen von der minimalen Notwendigkeit des physischen Lebens.

**Das physische Universum:** ist die Summe aller kollektiver Gedankenkonstruktionen.

**Erinnerung:** ist das Abbild vergangener Gedankenkonstruktionen.

---

Zum Abschluss möchte ich noch eine Grafik anbringen, die ich auf den Aussagen Seths in der 162. Sitzung basierend erstellt habe. Sie stellt die Verbindungen des Egos zum inneren Ego sowie dem Unterbewusstsein dar. Dies kann sehr hilfreich

sein in Bezug auf die Analyse von Träumen und Glaubenssätzen sowie Interaktionen mit anderen Leben:

